

Ano XXIV - n° 68 / Maio / 2018



# Informativo AVAMP

Mala Direta Postal  
**Básica**

9912363191/2014 DR/SPI  
**AVAMP**

... CORREIOS ...



ANS n° 41.263-5

## *Mãe, Amor Maior!*

*Feliz Dia das Mães  
a todas as mães da Avamp*



### ASSOCIADA DESTAQUE

*A Maj. PM Sonia Paula Hamad, de Taubaté,  
na foto com 2 de seus 4 filhos, é destaque da  
nossa Coluna nesta edição.*



### **Nova Diretoria AVAMP**

**Diretoria Executiva  
Biênio 2018/2019**

(esquerda para direita)

Secretário: Benedito Donizeti de Souza  
Presidente: Francisco de Mello  
Vice-presidente: Rubens Raymundo da Silva  
Tesoureiro: Oldemar Nolasco Filho

**Servir bem, servir sempre, sem olhar a quem!**



# Com a Palavra... o Presidente

## Francisco de Mello

Pela primeira vez, assumo a presidência, com a maior satisfação e muito honrado pela oportunidade de poder trabalhar em prol da nossa Associação, mas também um pouco apreensivo, pois grandes são os desafios e as responsabilidades que este cargo exige. Sendo assim, eu e os demais membros da atual diretoria não mediremos esforços na busca das melhores estratégias e diretrizes que favoreçam a administração. Agradecemos, imensamente, a todos os associados pela confiança em nós depositada.

Nossa Associação sofreu com os reflexos da crise que assolou a economia do nosso país nos últimos anos. Mudanças e novas medidas administrativas emergenciais foram tomadas pelas diretorias das gestões anteriores, dos quais participei ocupando outros cargos, com o intuito de reverter a saúde financeira da nossa Entidade. Nesse processo, o apoio de todos os associados é vital e imprescindível à recuperação da "saúde" da nossa querida AVAMP. Por isso, venho pedir a todos que colaborem na questão da utilização do seu plano de saúde, a sua real conscientização a não utilizar desmedidamente o plano, pois como é de conhecimento geral, a utilização sem controle onera as contas e faz com que a nossa AVAMP "adoeça". E não é isso que queremos! Precisamos que a nossa Associação esteja sempre vigorosa e saudável para que continue a zelar pela saúde do Policial Militar e de sua família.

Neste mês de maio, aproveitamos a oportunidade para parabenizar todas as mães da Avamp: as mães de sangue; as mães de coração; mães que estão do outro lado das nuvens (mas sempre por perto!) que cuidaram e cuidam de seus filhos e filhas com o Amor mais puro que possa existir.



## Feliz Dias das Mães!

### Expediente

O Informativo AVAMP é um veículo de comunicação da Avamp (Associação Valeparaibana de Assistência Médica Policial) dirigido ao associado. Av. Mai Deodoro, 385 / Jd. Santa Clara / Taubaté / SP - Fone: (12) 3634-1266 Diretor responsável pela edição: Francisco de Mello / Editora: Regiane Alcântara / Colaboração: Alessandra de Castro/secretária

#### Diretoria Executiva - Biênio 2018/2019

Presidente: Francisco de Mello  
Vice-presidente: Rubens Raymundo da Silva  
Tesoureiro: Oldemar Nolasco Filho  
Secretário: Benedito Donizeti de Souza

#### Conselho Deliberativo

Presidente: José Luiz de Souza Neto  
Vice-presidente: Flavio Fernando Ferreira  
Secretário: Francisco Xavier Silvério

#### Suplentes do Conselho Deliberativo

José Antunes Rodrigues Neto  
José de Campos Cobra  
José Agostinho de Oliveira

#### Conselho Fiscal

Presidente: José Aparecido de Oliveira  
Relator: Mauro de Jesus  
Vogal: Agnaldo José Borges

#### Suplentes Conselho Fiscal

Deocles Duarte Sobrinho  
Nivaldo Afonso da Silva  
Viviane Soares Taveiros Costa Garcia

### Consultas e Exames Cardiológicos

Ecodopplercardiograma com Fluxo a Cores  
Teste Ergométrico - MAPA 24 h  
Doppler de Carótidas e Vertebrais  
Holter 24h Digital - Eletrocardiograma  
Ecocardiograma Fetal

**CardioClínica**

CORPO CLÍNICO  
Dra. Ana Beatriz Andraus  
Dra. Estefanie Chaves Lobo  
Dra. Jane Ebram  
Dra. Laura Schmidt  
Dr. José Edson Viana

Tel: (12) 3624-8969  
(12) 99142-2027

Av. Charles Schneider, 781  
1º andar/ sl 201/203 - Taubaté /SP  
cardioclinica.taubate@gmail.com

### BIOCENTER

LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

Tradição e Modernidade para a sua saúde  
O nosso melhor resultado é a confiança!

**Dra. Jovania C. Brum Paes**  
Diretora Administrativo Farmacêutica CRF 50941  
Executive, Professional & Life Coach

**Dr José Hilario Paes**  
Diretor Técnico Médico  
CRM 64224

**Aparecida Unidade I**  
R: Barão do Rio Branco, 343  
(12) 3105-2818  
(12) 99627-4142 (vivo)

**Roseira Unidade II**  
R: João Alvarenga, 200  
(12) 3646-3211  
(12) 99606-6393 (vivo)

**Potim Unidade III**  
R: Antônio de Oliveira Portes, 438  
(12) 3112-4693  
(12) 99650-2588 (vivo)



## DESTAQUE

# A Força do Poder Feminino

De rainha do lar para Supermulher! Com capacidade e muita força e determinação, muitas mulheres, hoje em dia, conseguem dar conta de duas ou até 3 jornadas, conciliando exemplarmente, família, trabalho, estudos, lazer... Esta é a realidade da nossa entrevistada, a titular **Maj. PM Sonia Paula Baptista Hamad Leandro**, casada com o Maj. PM Lessa, 44 anos, residente em Taubaté, mãe de quatro filhos: os gêmeos: Rodrigo e Rafael de 21 anos, Ruan de 15 anos e Renan de 13 anos. Conheça um pouco da sua história de vida!



'Minha família é a base de tudo!' (esq. p/ dir), o filho Rodrigo, o sogro Sr. Leandro, o marido Maj. PM Lessa, nossa entrevistada Maj. PM Paula Hamad e os filhos Rafael, Ruan e Renan

**Pergunta:** Por que resolveu ser Policial Militar? Com foi o desenvolvimento da sua carreira?

**Maj. PM Paula:** 'Ingressei na Academia Militar do Barro Branco com apenas 18 anos. Sou filha de militar, meu pai era Sargento da Escola de Especialista de Aeronáutica e desde criança eu me imaginava usando farda, fui criada numa vila militar, sonhava em ser militar. Conclui a Academia do Barro Branco em 1994 e já em 1998, fui designada para trabalhar no 5º BPMI – Taubaté. Posso dizer que sou apaixonada pela minha profissão!'

**P:** Nas suas 3 gestações, como fez para conciliar suas responsabilidades profissionais com a maternidade?

**Maj. PM Paula:** 'Quando engravidei dos gêmeos, ocupava o posto de Tenente PM. Na ocasião do nascimento deles, conciliar o trabalho com as obrigações de mãe, de esposa, de dona de casa e de estudante de Direito (na época, cursava Direito na UNITAU) não foi nada fácil! Mas com o apoio do meu marido e da minha família, em especial, minha sogra e sogro, a correria do dia a dia tornou-se mais leve e todas essas obrigações fluíram naturalmente. Graças a Deus, minhas gestações sempre foram tranquilas, de forma que trabalhava até o dia anterior ao parto. O segredo de tudo isso é "família"! Não conseguiria administrar todas essas obrigações se tivesse que fazer tudo sozinha. Meu marido é um grande amigo e companheiro de tarefas. Minha sogra, com 76 anos hoje, sempre nos auxiliou com as crianças enquanto estávamos trabalhando.'

**P:** Qual mensagem que você passa para outras mulheres na nobre missão de suas jornadas?

**Maj. PM Paula:** 'Atualmente, é muito difícil a mulher não exercer uma profissão, seja por realização pessoal ou pela necessidade de complementação de renda da família. Costumo dizer que todas nós, mulheres, temos capacidade e força para administrar o trabalho, a casa e a família..., porém não podemos descuidar de uma das missões mais importantes que Deus nos confiou: ser Mãe. Acredito que não importa o tempo que ficamos com os nossos filhos e sim a qualidade do tempo que lhes dedicamos. Precisamos ser Mães de verdade e não somente amigas dos nossos filhos, precisamos cobrar tarefas, ensinar o bem, encaminhar para uma religião, ficar atenta as amizades e muitas vezes dizer "Não"; enfim, precisamos saber educá-los com amor, firmeza e exemplo. Atualmente, meus filhos gêmeos, Rodrigo e Rafael, cursam a Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN), e isso é motivo de muito orgulho para mim.'

**P:** E a AVAMP? Há quanto tempo é associada? O que acha do atendimento da Associação?

**Maj. PM Paula:** 'Sou associada titular desde 1998. Em 2014, pensava que estava no auge da minha saúde, praticava corrida de rua e no mês de setembro daquele ano, finalizei uma meia maratona (21km) em Foz do Iguaçu, porém naquele mesmo ano, descobri um câncer de mama. Fiz todo o tratamento por intermédio da Avamp (cirurgia, quimioterapia, radioterapia, terapia hormonal, etc), e hoje ainda realizo acompanhamentos através de exames. Acredito muito na importância de ter um plano de saúde administrado, por nós, Policiais Militares, pois isso facilita o nosso acesso como associado. Percebo que em outras empresas de saúde, o acesso ao Gerente Geral e aos Diretores é mais difícil e muitas vezes, o associado somente consegue um tratamento por intermédio de ação judicial. Na Avamp, tenho sempre a certeza de que alguém tentará auxiliar de alguma forma e mesmo que seja negada uma autorização solicitada, por não fazer parte da cobertura do convênio, existirá sempre uma explicação plausível; ou seja, uma satisfação nos é fornecida. Particularmente, eu só tenho a agradecer aos amigos/médicos/funcionários da AVAMP, pois quem passa por um tratamento como esse, sente-se frágil, às vezes com medo..., e eu fui acolhida com muito carinho por toda equipe da Avamp.'

**Gostaria de encerrar dizendo que não importa a quantidade de coisas e obrigações que temos que exercer, o que importa é fazer cada uma delas com muito Amor. Valorizo cada minuto da minha vida, agradecendo e dando valor às coisas mais simples!"**



Laboratório Análises Clínicas

**SANTA LUCIA**

Microbiologia - Parasitologia - Hematologia - Urinálise  
Imunologia - Sorologia - Hormônios - Bioquímica

**Funcionamento: Segunda Sexta - das 6h30 às 18h20**

Pq. Dr. Barbosa de Oliveira, 335 /Taubaté

(Pç Rod. Velha / Estacionamento Próprio)

**Fone: (12) 3632-1133** labsantalu@hotmail.com

**Oftalmo**

**Centro Millenium**

[www.oftalmomillenium.com.br](http://www.oftalmomillenium.com.br)



R. Cel. Augusto Monteiro, 461

Centro - Taubaté /SP

**(12) 3622-6000**



SERVIÇOS PRÓPRIOS

# Ambulatório AVAMP

Cuidando da sua saúde com respeito e qualidade



Instalações adequadas para melhor atender  
ao Policial Militar e sua família

No Ambulatório o Associado tem:

## ESPECIALIDADES MÉDICAS

Acupuntura	Neurologia
Cardiologia	Nutricionista
Cirurgião Geral/Vascular	Ortopedia Geral
Clínica Médica	Otorrinolaringologia
Dermatologia	Pediatria
Endocrinologia	Psicologia
Fonoaudiologia	Psiquiatria
Ginecologia e Obstetrícia	Psicopedagogia
Gastroenterologia	Terapia Ocupacional
Geriatrics	Urologia

## Custo ZERO para consultas Médicas

Exceto para as especialidades de  
Acupuntura, Fonoaudiologia,  
Terapia Ocupacional,  
Psicologia e Nutrição

## Realização de Exames

M.A.P.A. e Holter  
Ecocardiograma  
Eletrocardiograma

1º Andar - Sede AVAMP

Av. Marechal Deodoro, 385 Jardim Santa Clara

Taubaté /SP - (12) 3634-1266

## RECADOS DO CADASTRO

Caro Associado:

**EM 2018, FIQUE  
ATENTO PARA O  
RECADASTRAMENTO AVAMP**

**Recém-nascidos:** para que o recém-nascido possa aproveitar do período de carência já utilizado pelo titular, a sua inclusão deverá ser feita em, no máximo, 30 dias após o nascimento. Passado esse prazo, será contada nova carência para o recém-nascido;

**Recém-casados:** para que o (a) recém-casado(a) possa aproveitar do período de carência já utilizado pelo titular, a sua inclusão deverá ser feita em, no máximo, 30 dias após a união. Passado esse prazo, será contada nova carência para o (a) dependente incluso (a);

**Mudanças de endereço e telefones** dos associados devem ser sempre comunicadas à AVAMP;

**Os cartões AVAMP vencidos** deverão ser trocados na Sede ou na Regional AVAMP em que sua cidade de residência for abrangida. Fique atento para evitar problemas no seu atendimento!

**As exclusões do Plano** de saúde AVAMP só serão efetuadas mediante devolução do cartão do respectivo beneficiário a ser excluído;

**A inclusão de companheira (o)** somente poderá ser realizada com a entrega de cópia de declaração de união estável lavrada em Cartório, dentre outros documentos.

**Se toque!**  
Previna-se contra o  
câncer de mama

**ONCOVIDA**

[www.oncovidataubate.com.br](http://www.oncovidataubate.com.br) 3682-2206

instituto  
**SantaRosa**  
medicina diagnóstica



**Ressonância  
Magnética**

Agora na Unidade  
**Lorena**



**A unidade Lorena  
agora conta com o  
que há de mais  
moderno em  
ressonância  
magnética.**

O alto campo, por ser um aparelho mais potente, permite a aquisição de imagens com melhor qualidade e velocidade, assim como realiza uma maior variedade de exames.

CRUZEIRO: (12)3143-3913 | GUARÁ: (12)3128-6600 | LORENA: (12)3157-4182

[www.institutosantarosa.com.br](http://www.institutosantarosa.com.br)